全身舒缓地图



作者: 林艺璋编

出版社:上海:上海文化出版社

出版日期: 2006.07

总页数: 221

介绍:尽管人们意识到压力正在颠覆健康,却不知道如何正确地减缓压力,使身体真正舒缓。与压力累积的过程一样,减轻压力、恢复健康也需要一个舒适的缓解过程。本书根据人体全身可能产生的不适,描绘出一张舒缓病痛的健康地图,你可以依照自身的健康状况,找到最适合自己的舒缓……

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/11686616.html) 查找全本阅读方式

全身舒缓地图 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11686616.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11686616.html

书名:全身舒缓地图